**Обстановка на водных объектах региона**

С начала года по состоянию на 20 июня т.г. на водных объектах региона зарегистрировано 29 происшествий, в которых погибло 29 человек.

В период с 01.05.2013г. по 20.06.2013г. на водных объектах Волгоградской области зарегистрировано 19 происшествий, в которых погибло 19 человек, в т.ч. 1 ребёнок; спасено 52 человека, в т.ч. 24 ребенка.

Наибольшее количество несчастных случаев с людьми на водоёмах произошло по причинам нарушения правил безопасности на воде, в том числе купания в неорганизованных, необорудованных для купания местах, значительно удалённых от спасательных постов. При этом более 30% пострадавших находились в нетрезвом виде. Только за истекшие сутки на водоёмах области в г.Камышине и г.Урюпинске погибло двое мужчин, находившихся в нетрезвом состоянии и проводивших отдых в неорганизованных и необорудованных местах.

ГУ МЧС России по Волгоградской области напоминает о необходимости соблюдения правил безопасного поведения на воде!

Умение хорошо плавать – одна из важнейших гарантий безопасного отдыха на воде, но помните, что даже хороший пловец должен соблюдать постоянную осторожность, дисциплину и строго придерживаться правил поведения на воде. Помните купаться нужно только в специально оборудованных для этого местах!

Во время купания при переохлаждении тела пловца в воде могут появиться судороги, которые сводят руку, а чаще ногу или обе ноги. При судорогах надо немедленно выйти из воды. Если нет этой возможности, то необходимо действовать следующим образом:

1.Изменить стиль плавания – плыть на спине.

2.При ощущении стягивания пальцев руки, надо быстро, с силой сжать кисть руки в кулак, сделать резкое отбрасывающее движение рукой в наружную сторону, разжать кулак.

3.При судороге икроножной мышцы необходимо при сгибании двумя рукам и обхватить стопу пострадавшей ноги и с силой подтянуть стопу к себе.

4.При судорогах мышц бедра необходимо обхватить рукой ногу с наружной стороны ниже голени у лодыжки (за подъём) и, согнув её в колени, потянуть рукой с силой назад к спине.

5.По возможности произвести укалывание любым острым подручным предметом.

6.Уставший пловец должен помнить, что лучшим способом для отдыха на воде является положение «лежа на спине».

Чтобы избавиться от воды, попавшей в дыхательные пути и мешающей дышать, нужно немедленно остановиться, энергичными движениями рук и ног удерживаться на поверхности воды и, поднять голову возможно выше, сильно откашляться. Чтобы избежать захлебывания в воде, пловец должен соблюдать правильный ритм дыхания. Плавая в волнах, нужно внимательно следить за тем, чтобы делать вдох, когда находишься между гребнями волн. Плавая против волн, следует спокойно подниматься на волну и скатываться с неё. Если идёт волна с гребнем, то лучше всего подныривать под неё немного ниже гребня.

Попав в быстрое течение, не следует бороться против него, необходимо не нарушая дыхания плыть по течению к берегу.

Оказавшись в водовороте, не следует поддаваться страху, терять чувство самообладания. Необходимо набрать побольше воздуха в легкие, погрузиться в воду и, сделав сильный рывок в сторону по течению, всплыть на поверхность.

Отдел по гражданской обороне,

чрезвычайным ситуациям

и мобилизационной подготовки